

Os poderes do pensamento

É muito comum a gente se concentrar nas coisas ruins e só conseguir ver o lado negativo das situações. No mundo dos negócios, não é diferente. Se você está acostumado a ver o lado escuro das coisas, os problemas vão te achar. O colunista da Entrepreneur Scott Halford chamou a atenção para isso em um texto recente. Se você estiver concentrado na parte ruim do negócio, não irá perceber aquilo que pode lhe trazer sucesso. “As coisas boas têm de ser notadas. Nós temos de olhar mais para o lado positivo. O seu cérebro pode lhe ajudar a fazer isso de forma inovador”, diz Halford. Ele dá algumas dicas para que os pensamentos trabalhem a nosso favor.

1. Mantenha um diário do sono. Antes de dormir, escreva suas perguntas mais urgentes em um papel. As pesquisas mostram que os insights acontecem quando você não está concentrado. Quando você dorme, o cérebro está livre do julgamento e dos argumentos negativos que você tende a listar. Durante a noite, seu cérebro faz as conexões e o ajuda a ter uma resposta no dia seguinte.

2. Brinque. O Google é famoso por suas áreas de recreação. Atividades como jogar pingue-pongue ajudam a “destravar” o cérebro e deixá-lo livre, como durante o sono.

3. Incube. Se você tem uma grande pergunta – “como eu posso ter sucesso”, por exemplo –, a pior coisa é tentar resolvê-la imediatamente. Quando você faz isso, limita o número de respostas a que o cérebro pode chegar. O momento “aha!” vem depois que você já olhou o problema sob ângulos diferentes, sem necessariamente encontrar uma resposta. Depois de um tempo (podem ser dias ou até semanas), o cérebro encontra as conexões que estava procurando.

4. Olhe além do seu próprio nariz. Há alguns anos, a designer Deborah Adler desenvolveu um recipiente para medicamentos que vem com anéis coloridos, para que cada membro da família tenha uma cor e não confunda os remédios. De onde veio o insight para esse novo recipiente? Adler não fez cópias de algo que já existia ou tentou competir com outros produtos. Simplesmente levou em consideração uma experiência familiar: a sua avó tomara, por engano, os medicamentos do seu avô. Por isso, abra sua mente para as ideias que estão em todos os lugares, e não só na sua indústria ou área.

E você, empreendedor? Quais estratégias utiliza para ver as soluções em meio a problemas? Como desenvolve novas ideias?

Fonte: Papo de Empreendedor

